



HIPERTENSIÓN ARTERIAL: IMPORTANCIA DE LA PREVENCIÓN

Carmen Ávila Lillo

RESUMEN: Hipertensión, prevalencia, factor de riesgo cardiovascular de primer orden y grave problema de salud pública para el Sistema Nacional de salud. Las medidas de prevención: concienciación de la necesidad de adoptar hábitos saludables de vida y el seguimiento del tratamiento, disminuyen notablemente la morbilidad y mortalidad.

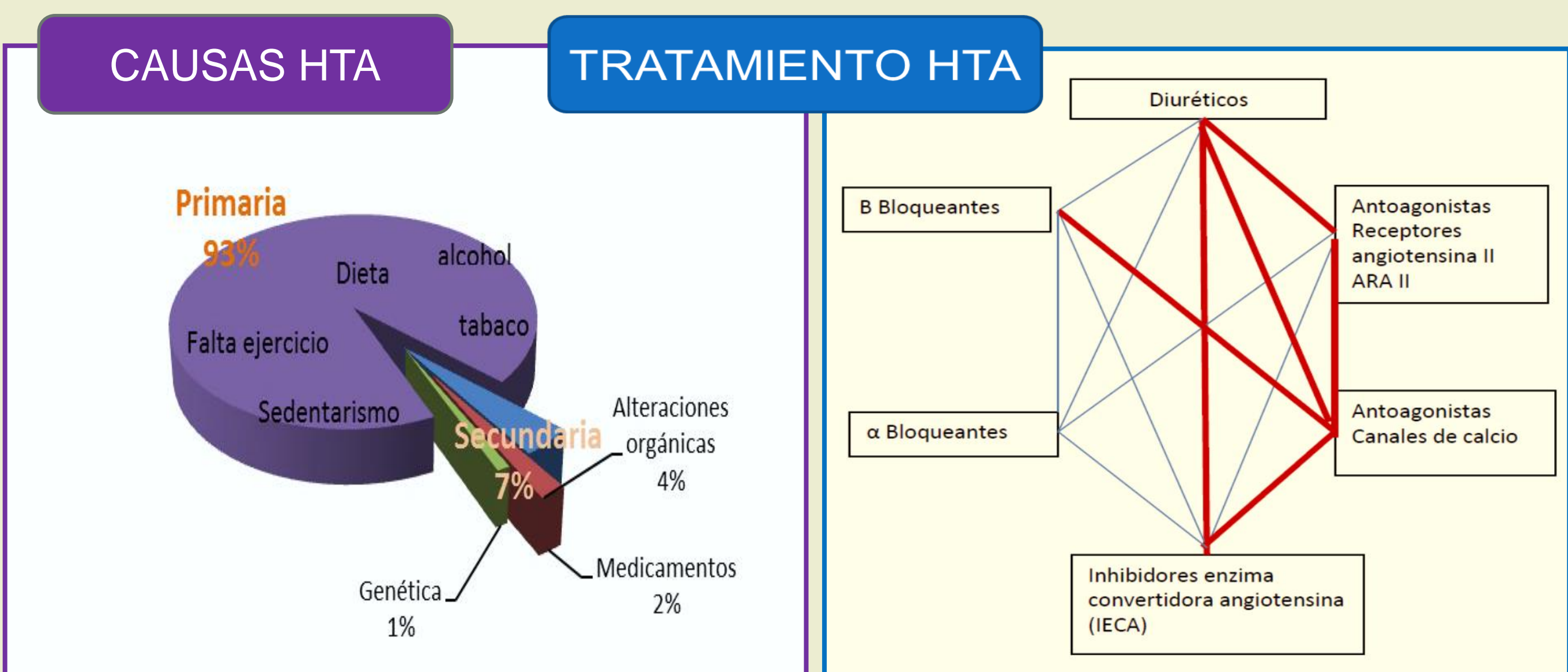
INTRODUCCIÓN: El presente trabajo tiene como objeto analizar el problema de la hipertensión (HTA), la enfermedad crónica más frecuente en el mundo y que más contribuye a la mortalidad mundial, centrando el estudio en la importancia de la prevención y el papel en ello de los profesionales de la salud. La HTA es la enfermedad crónica más frecuente y que más contribuye a la mortalidad mundial: (9 millones muertes/año). En España, una de las 15 enfermedades letales que más ha crecido desde 2001. Factor de riesgo cardiovascular de primer orden (causa del 50% de las enfermedades cardiovasculares), prevalencia del 40% en adultos y del 60% en mayores de 65 años

OBJETIVO:

1. Demostrar la necesidad de concienciar a la sociedad de la importancia de los buenos hábitos de vida para prevenir la HTA
2. Oportunidad social de la prevención de la HTA: reducir su morbilidad y el gasto público
3. Papel preponderante del farmacéutico en la prevención de la HTA

ANTECEDENTES: La HTA es la elevación persistente de la Presión Arterial Sistólica y/o Diastólica por encima de los valores establecidos como normales.

	NORMOTENSIÓN/HTA CONTROLADA			HTA		
	ÓPTIMA	NORMAL	N-ALTA	GRADO ₁	GRADO ₂	GRADO ₃
PAS (mmHg)	< 120	120-129	130-139	140-159	160-179	≥ 180
PAD (mmHg)	< 80	80-84	85-89	90-99	100-109	≥ 110
PA JNC-7)	Normal	Prehipertensión		Estadio 1	Estadio 2	



FACTORES DE RIESGO que conllevan directamente el aumento de la PA:

- 1) No modificables: Edad, sexo (los hombres más predispuestos que las mujeres), raza (negros más que blancos).
- 2) Modificables: la obesidad, la dieta rica en sal y grasas saturadas, el alcohol, el tabaco y los excitantes.

DISCUSIÓN: Necesidad de concienciar a la sociedad de los riesgos de la HTA y de la importancia de adoptar medidas dirigidas a su prevención con el objeto de disminuir la morbilidad y mortalidad de la enfermedad:

- 1) Recomendación de cambios de vida hacia hábitos saludables.
- 2) Fomento de la medición/automedición de la PA.
- 3) Programas de control y seguimiento de los pacientes (utilización de las nuevas tecnologías de comunicación).

En las medidas de prevención el farmacéutico, en el marco de sus funciones de atención farmacéutica, podría ejercer un papel primordial aprovechando sus habilidades de comunicación y su relación directa y efectiva con los pacientes, mediante:

- 1) La distribución en las farmacias de guías didácticas dirigidas al público sobre la HTA, importancia de su prevención y recomendaciones para su prevención.
- 2) Toma de la PA y enseñanza de la automedida; valoración del potencial hipertenso mediante encuestas clínicas).
- 3) Recomendaciones de hábitos de vida saludables.
- 4) Información sobre el tratamiento (uso y seguimiento).

CONCLUSIONES:

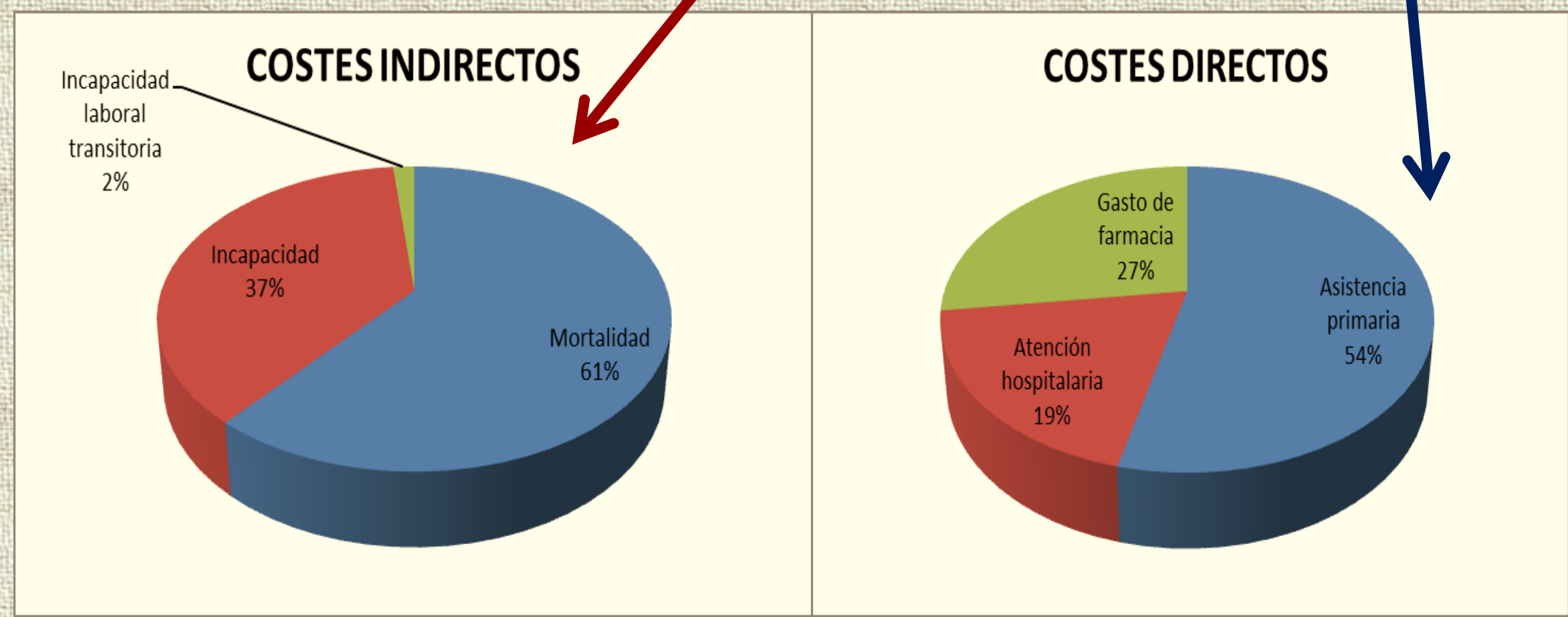
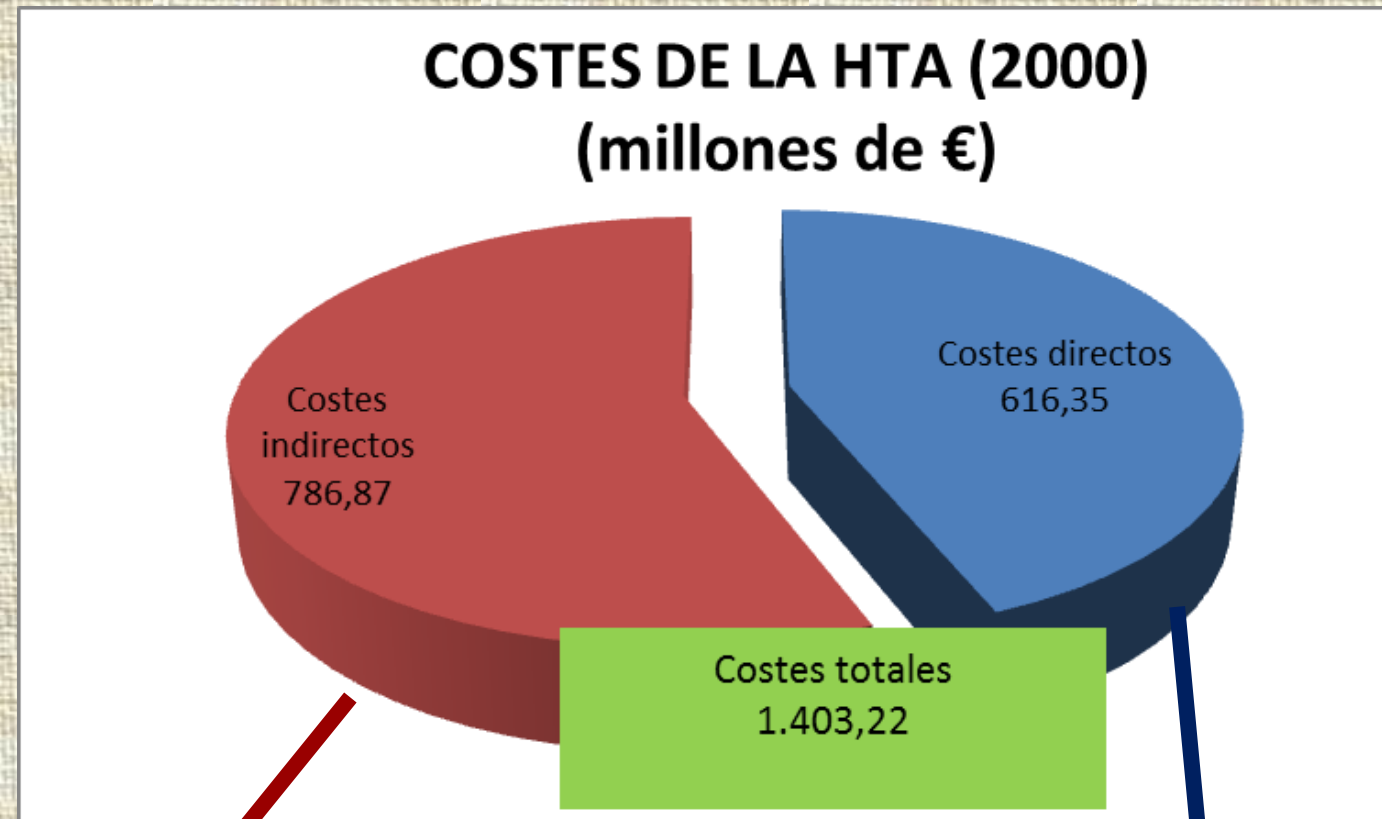
- ✓ La HTA es un problema de salud pública de primer orden por su elevada morbilidad y su impacto socioeconómico.
- ✓ La HTA es una enfermedad infradiagnosticada y con un bajo control del tratamiento.
- ✓ La detección y tratamiento precoz de la HTA disminuye notablemente la morbilidad y el gasto público que ello conlleva.
- ✓ La mejor prevención es fomentar hábitos de vida saludables



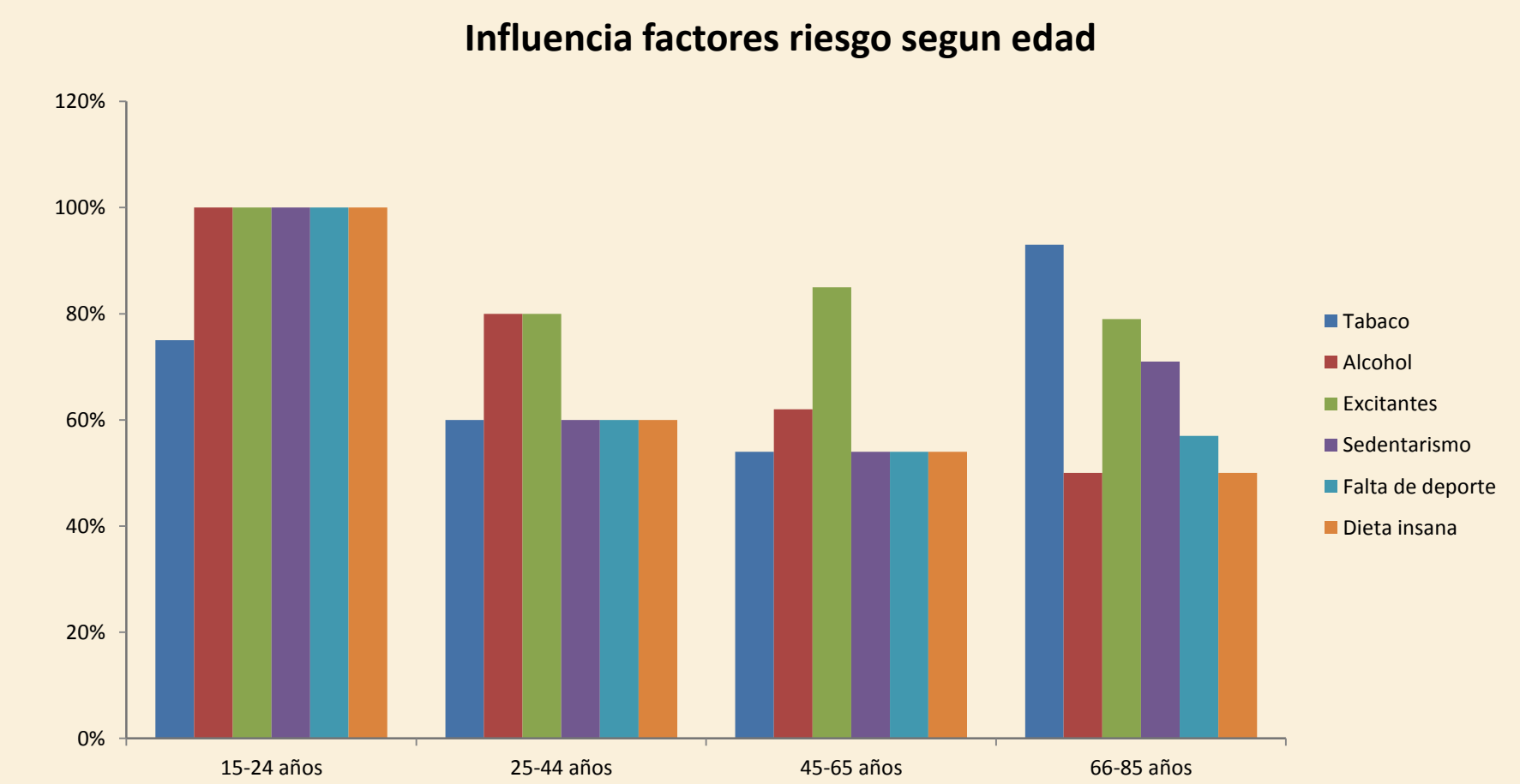
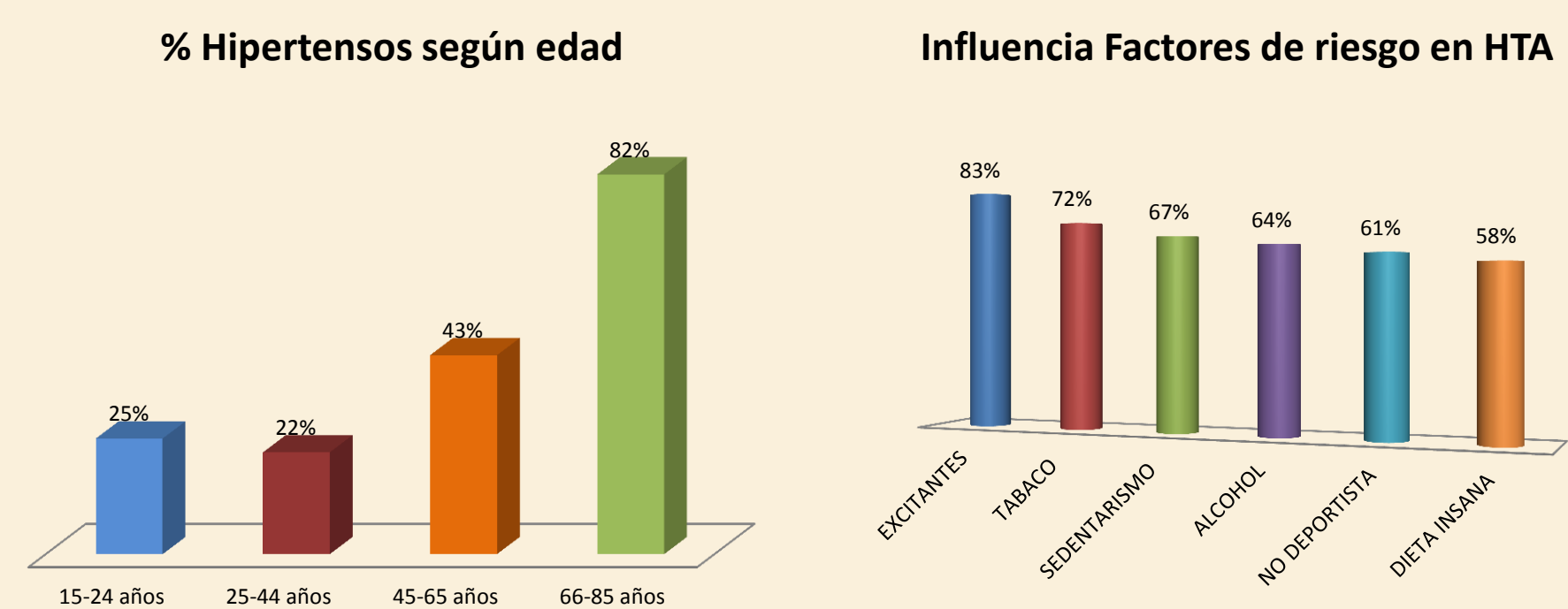
LA HTA ES UN PROBLEMA DE SALUD DE PRIMER ORDEN PARA EL SNS:

- 6,5% del gasto sanitario
- 13% del gasto total farmacéutico;
- 7% de las consultas en asistencia primaria.

El coste bruto anual de un hipertenso es de 1.312,10 €, el doble del generado por un individuo normal



METODOLOGÍA: El estudio se realizó sobre una muestra de 86 individuos, entre 15 y 85 años, de los cuales 53 eran mujeres y 33 hombres, resultando un total de 36 hipertensos (el 42%)



RESULTADOS:

- ❖ El número de hipertensos aumenta con la edad.
- ❖ La HTA está relacionada con el sobrepeso: el 34% de las mujeres y el 62% de los hombres tenían un IMC>25 Kg/m².
- ❖ En general, los factores con más influencia en la HTA son los excitantes presentes en un 83% de los hipertensos, seguidos del tabaco con un 72%.
- ❖ Estos resultados varían si atendemos a cada grupo de edad:
 - Entre 15 y 24 años, la HTA se debe en un 100% (80% tabaco) a hábitos de vida insanos.
 - Entre los 25 y 44 años, el alcohol y los excitantes se encuentra en un 80% de hipertensos, mientras que el resto de factores sólo en un 60%.
 - En el grupo de 45-65 años, destacan los excitantes con un 85%, y entre los de 66-85 años a diferencia del resto, destaca el tabaco con un 93% y el sedentarismo con un 70%.

BIBLIOGRAFÍA: Amorós Pérez, E., Ávila Lillo, C., Azaceta Ávila, A., Baeza Rojas M.R., Barea Trave, M., Barreiro López, J. **Tutor:** Gutiérrez Ríos, P. *Hábitos de la hipertensión arterial*, Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid// Badia X, director. *El papel de los medicamentos en el tratamiento de la hipertensión arterial y la prevención del riesgo cardiovascular. El valor del medicamento*. Madrid: Fundación Farmaindustria-Health Outcomes Research Europe; 2002// Banegas J. El problema de la hipertensión arterial en España. Rev Clin Esp 2002;202:12-5. Elsevier. Hipertensión y Riesgo Vascular, Vol. 29. Núm. 04. Octubre 2012 - Diciembre 2012. *Coste de la hipertensión arterial en España*// Elsevier. Hipertensión arterial y política de salud en España, Medicina clínica, 2009;132(6):222-229.// Estusandad, 12-12-2014, 11-03-2015, 25-02-2015. Fernández J.M. (dir) *La hipertensión arterial en España*. Madrid: B&F Gestión y Salud 1999 // Botey Puig A., Coca Payeras A., Ferrerira Montero J. *Hipertensión arterial y cardiopatía hipertensiva*. En *Medicina Interna*. Eds. Farreras y Rozman Vol. 1. Madrid: Hardcourt 2000.// López-Alemán JM, Domínguez-Castro A. *El coste de la prevención del riesgo cardiovascular*. Revista Española de Economía de la Salud. 2002.

Ministerio de Sanidad y Consumo. *Los objetivos de Salud para todos. Objetivos de la estrategia regional europea de la Salud para todos*. Madrid, 1986; *Patrones de la mortalidad en España*. 2011; Base de datos clínicos del Sistema Nacional de Salud, morbilidad en atención primaria, febrero de 2015. Montero Corominas, D.; García del Pozo, J. y de Abajo Iglesias, F.J. *UTILIZACIÓN DE ANTIHIPERTENSIVOS EN ESPAÑA (1992-2006)*. Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios. Organización Mundial de la Salud. *Información general sobre la hipertensión en el mundo, Una enfermedad que mata en silencio, una crisis de salud pública mundial*, Día Mundial de la Salud 2013. Número de referencia OMS: WHO/DCO/WHO/2013.2. Responsabilidad Social Sociosanitaria, número 25, de 5 de mayo de 2015. Roca-Cusachs A, Ametlla J, Calero S, Comas O, Fernández M, Lospaus R, et al. Calidad de vida en la hipertensión arterial. Med Clin (Barc) 1992;98:486-90. Sicras-Mainar A, Navarro-Artieda R. *Coste de la hipertensión arterial según grados de morbilidad en atención primaria*. Med Clin (Barc). 2009; 133:290-5.